

令和6年度

予約制

プレママほっとタイム

- ❖ 妊娠・授乳中の食生活
- ❖ 母乳育児のコツ・赤ちゃんの抱っこ
- ❖ 赤ちゃんのいる生活や歯の健康について・・・

保健師・栄養士・歯科衛生士・助産師と一緒に
妊娠中に知っておくといいことをお話ししませんか？

予約はQRコードからできます。📱

対象
妊婦，育児支援者

持ってくるもの
母子健康手帳

問合せ先
呉市子育て世代包括支援センター
えがお
☎ (0823)25-3597
呉市和庄1丁目2-13
(すこやかセンターくれ3階)



時 間

13:30~15:00

場 所

母乳育児
栄養 編

赤ちゃんのいる生活・
歯の健康 編

すこやかセンターくれ3階

4月 23日 (火)

5月 14日 (火)

広市民センター2階

6月 18日 (火)

7月 9日 (火)

すこやかセンターくれ3階

8月 27日 (火)

9月 10日 (火)

ひろひろ・ば
(広市民センター3階)

10月 3日 (木)

広市民センター2階

10月 22日 (火)

11月 12日 (火)

すこやかセンターくれ3階

12月 24日 (火)

1月 14日 (火)

広市民センター2階

2月 18日 (火)

3月 4日 (火)

くれくれ・ば (レクレ4階)

3月 17日 (月)